

令和7年7月12日

## 「はらペコ・小さな目のクジラ・かなで 3校合同ペアレントトレーニング②」

### 3事業所合同・保護者向けペアレントトレーニング②

福岡市南区で放課後等デイサービス事業所を運営されている「はらペコ」さん、「小さな目のクジラ」さん、「かなで」さんの3事業所を利用している児童の保護者様を対象にしたペアレントトレーニングの講師を務めさせて頂きました。

今回のペアレントトレーニングは、全6回シリーズで行います。本日はその第2回目のプログラムを行いました!

17名の保護者と支援者の方々にご参加頂きました。

第2回目は、「ほめるポイント」をテーマに講義とグループワークを行いました。まずは、前回皆さんと一緒に学んだペアレントトレーニングの基本である「行動を3つに分ける」という作業のおさらいを行いました。

“とにかく怒ってばかりの毎日”を変える為には、子どもの行動を3つに分類し、それぞれに適した対応を使い分けるトレーニングを行うことが効果的です。子どもの良い行動(些細な行動でもOK!)を見逃さずスルーせず、ほめて認めていく対応が、ゆっくりではありますが、子どもの困った行動を適切な行動に置き換えていきます！

次に今回のメインテーマである「ほめるポイント」について講義とワークを行いました。講義の中で「ほめる」際に大切な8つのポイントを具体的に説明した後、その8つのポイントを日頃どれだけ意識できているかをワークシートを使って整理していました。

「このポイントはバッチリ出来てます！」「このポイントは意識したことないです。」「効果があるのは分かっているけど、忙しくて出来ないことが多いです。」「このポイントは、正直苦手です。」などなど、8つのポイントについての様々な意見や感想が出されていました。

子どもを「ほめる」為に無理する必要はありません！また、効果的だからといって苦手なポイントを無理やり行っても続きません！自分に合った「ほめ方」を見つけていきましょう！

子どもを変えたいなら、まず自分が変わる。自分を変えたいなら無理せず余裕を持って取り組める方法を見つけることが大切です。

今回のペアレントトレーニングでは、参加された皆さんと楽しく真剣に「自分に合ったほめ方」を見つけていきました！

